

乡野童谣登华堂

——评 2026 藏晚歌舞《童谣》

桑吉东智



祥瑞马年，春节与藏历新年相逢，双节同庆，2026年西藏广播电视台春节藏历新年联欢晚会如约而至。这台属于雪域高原的文化盛宴，将古老的民族底蕴与当代审美巧思熔于一炉，诸多节目之中，歌舞《童谣》尤为动人。它把飘荡于田间地头、草原牧场的藏族口头童谣，从烟火漫卷的乡野，搬上流光溢彩的现代舞台，声声稚语之间，既是对雪域童年记忆的深情回望，也照见传统非遗在时代土壤里重获新生的完整路径。

整支歌舞时长约三分四十一秒，撷取三首流传久远的西藏民间童谣编织而成。节目由李坤一担任编导，布琼、瑞敏扣参与指导，丹真罗布、巴顿、贡嘎担纲演唱，西藏珠峰少年合唱团倾情演绎。欢快灵动的前奏响起，身着西藏各地特色传统服饰的孩童，自舞台两侧雀跃奔入；三位演唱者亦以充满童趣的造型登场，衣饰间点缀玲珑玩物，满目鲜活烂漫。第一首是根植于乡土记忆的游戏童谣，开篇便将听者带入泽当的茵茵草场。跳绳、踢毽子、掷羊拐骨，这些高原孩童代代相传的嬉戏，化作舞台之上鲜活的图景。歌手纵情放歌，孩子们围聚起舞，复刻着旧时光里草原乡野间无拘无束的嬉戏场景。乐曲流转至第二首，歌手与合唱孩童退至舞台后方，十二名小舞者分男女各六名，身着端庄藏装，手持夯土劳作的“博朵”道具快步登台。铿锵的阿谐舞步踏响舞台，歌声裹挟着高原山野

的生活气息扑面而来；右山坡走马踏歌，左山坡缓步徐行；谐钦之舞献于格萨尔王座之前，姑娘的歌声漫过山岗。歌舞承袭着藏族劳动歌舞的原生气韵，把往昔建筑劳作的欢歌，化作舞台上富有力量的艺术表达。曲幕转至第三首十二生肖童谣，阿谐舞者缓缓退场，红衣裙衫的女孩与白衣红裤的男孩手执生肖玩偶涌至台前，与歌手、合唱团的孩子们载歌载舞，模仿十二生肖的灵动情态。整台节目便在这一片天真喜乐的融融氛围之中徐徐落幕。

一曲童谣登台，绝非偶然的灵光乍现，它是一代人集体童年记忆的回溯。藏晚总导演旦增谈及创作初心时感慨，童谣是刻在一代人生命里的回响，往日巷陌间尚可听闻的歌谣，如今却日渐式微，只偶尔回荡在八廓老巷深处。重拾这些渐渐远去的曲调，为当代的藏族少年打造一方属于自己的歌舞天地，成为创作最初的念想。而这份艺术构想，亦受启发于丹真罗布、巴顿等人 2025 年综艺《西藏音乐旅行记》，正因他们怀揣对本土歌谣的赤诚情怀，契合节目追求的精神气质，才被邀参与演绎，在创作过程中贡献诸多专业思考。

在巴顿看来，当下可供少年聆听的藏语原创儿歌仍有缺口。这些被选入《童谣》的曲调，是父辈儿时口耳相传的记忆，借由晚会的舞台，让今日的孩童得以触摸上一代的童年图景。改编创作之时，主创最大程度保留原作曲调与歌词，守护歌谣本真的乡土内核，又融入轻快的乡村音乐曲风，赋予古老童谣蓬勃的当代活力。不止于晚会舞台的改编演绎，丹真罗布与巴顿长期深耕藏语儿歌的全新创作，引导儿童涵养良好生活习惯的《洗手》，如今已是西

藏诸多幼儿园循环播放的经典曲目。这份儿童音乐事业，获得堆龙德庆区教育局项目资金扶持，创作者亦计划持续深耕，为雪域少年源源不断谱写藏语新声。

乡野歌谣能够跨越岁月，走向聚光灯下，离不开党和政府非遗保护政策的托举与资金扶持，离不开科研机构学者经年累月的沉潜耕耘。西藏自治区民族艺术研究所作为自治区级非物质文化遗产代表性项目“藏族儿歌”的保护单位，自“藏族儿歌”2009年列入西藏第三批区级非物质文化遗产名录起，便承担起搜集、整理、出版、传播这份口头文化遗产的时代使命。2011年，经过全域普查，《藏族传统儿歌》CD专辑正式出版，收纳拉萨、山南、日喀则、阿里、昌都等多地共十二首原生童谣。2018年，调研团队走遍西藏各地，采摘到六十三首涵盖游戏嬉戏、石子玩耍、民间故事、摇篮曲等多元题材的儿童歌谣，从中遴选出十六首，还原歌谣原生的田野语境完成影像录制；2019年，《藏族儿歌集》DVD 专辑付梓面世，共收录三十首传统儿歌。依托这些整理成型的出版物，保护单位大力推动“儿歌进校园”系列普及活动，让封存于档案的古老曲调重回少年的日常。时至 2023 年，调研团队再度奔赴山南、日喀则、那曲，走访五十余位民间老艺人，打捞整理二十首珍贵童谣，又以此为基底，完成五首童谣的改编与全新创作。一代又一代学者踏遍牧场乡野，打捞濒临消散的口头记忆，为童谣登上现代舞台筑牢了坚实的文化根基。

从牧场田埂间随口吟唱的口头歌谣，到2026 藏晚流光溢彩的舞台呈现，《童谣》的出圈传播，正是藏族传统儿歌完成时代转身的生动



图为《藏族传统儿歌》CD 专辑封面。

样本。这份绽放的背后，是世代居于高原的民间传唱者口耳相授的坚守，是党和政府非遗保护政策与专项资金的有力支撑，是非遗科研机构专家学者数十年深入乡野、伏案整理的默默耕耘，亦是一众本土艺术家心怀乡土，接续改编、创新演绎的不懈探索。田野的风穿过时代，古老的藏语童谣终于挣脱沉寂，在现代舞台之上重焕光彩，声声歌谣滋养一代又一代雪域童心，让民族的童年记忆生生不息，代代相传。



见天路，见自己

萨娜吉

山脚下的人，不停仰望
山顶上的人，痴痴等待
是远方是高处，是巅峰是绝地
这不可触及的梦想
高深莫测的距离
随着一条铁轨，铺开希望

爬上高山的脊背，站在地球的肩膀
大地辽阔，山海葡萄
满天星辰拥你入怀
太阳的热炙
刺穿岁月的阴霾
天路向上，灵魂向下

风在欢呼自由
旷野沸腾着寂寥
看吧，你有多伟大
就有多渺小

时光深处的《洗衣歌》

周光华

在起伏流转的旋律中，熟悉的《洗衣歌》主题音乐悠然响起，雪山、冰川、湖泊、草原的景致，顿时平添了几许迷离的氛围和诗意的幻美。一位扮演炊事班长的男演员，扛着脸盆拿出班长的精气神，生动演绎出班长与藏族姑娘们之间水乳交融的军民情谊。优美的藏族音乐为这个舞蹈节目的展现提供了足够的空间，扮演一群藏族姑娘的女演员们尽情表演着，用她们既娴熟又热烈的舞步勾勒出军民鱼水深情的画卷……原成都军区后勤部文艺宣传队 40 年后再次合体演绎《洗衣歌》，画面中洋溢着欢乐和激情，一群古稀之年的老演员，焕发出令人动容的生命热力。

《洗衣歌》诞生于西藏民主改革的曙光之中，它的根脉深扎在解放军“一面进军，一面修路”的恢宏长卷中。作者罗念一、李俊琛诸位艺术家，并非采风过客，而是真正的亲历者。李俊琛随着进藏部队，在修筑川藏公路的四年风霜里，将最美的年华献给了这片土地；罗念一则学会了藏语，习惯了糌粑与酥油茶，将西藏视作生命的第二故乡。

正因如此，李俊琛在提纲里写下的“是谁帮咱们翻了身？是谁帮咱们得解放？是谁帮咱们修公路？是谁帮咱们架桥梁……”声声探问，断不是飘浮在空中的口号，而是带着青稞与酥油香气的真挚心声。而这些通俗易懂的话语，也拨动了罗念一的心弦，他以此为歌词，谱成了《洗衣歌》。据说，创作的灵感，来源于拉萨群众在一个藏历新年，为解放军拆洗衣被的感人场景。生活，永远是艺术最慷慨的馈赠者。

《洗衣歌》是同名舞蹈的主题歌，在不长的表演中既有歌有舞，又有生动情节。一群如格桑花般明媚的藏族姑娘，在溪边巧遇要来洗衣的炊事班长。她们灵机一动，施巧计骗走了可爱的班长，然后争先恐后地抢过那满载荣誉与汗渍的军装，一边洗一边唱出心中的歌：“是谁帮咱们翻了身，是谁帮咱们得解放，是亲人解放军，是救星共产党，呷拉羊卓若若尼，格桑梅朵桑……”整个节目，是一曲民族团结的和谐乐章。浓郁的藏族风格，是其不变的底色。编舞者的匠心，恰恰在于把藏族同胞在河边洗衣中常见的泼水、踩衣、荡衣、搓衣，全都提炼为鲜活的舞蹈语言，充分表现了藏族姑娘活泼热情的性格。那穿插在歌声中的藏语劳动号子“出打出打，觉过出打，嗨，勒司”，颇为生动有趣，它让整个表演不再是疏离的观看，而化为可触可感的生活场景。

歌词清新质朴，曲调婉转动听。老一辈的音乐家，用音符代替言辞，表达着对这片土地与人民最深沉的爱恋；以旋律勾勒诗意，将雪域的美丽与人间最温暖的情感，巧妙地融为一体。优美动听的旋律感动着我，让我恍然觉得自己也成了音乐中的一个音符，随着那起伏的声浪，一同荡漾，一同回响。

说来也怪，那歌，总是在我心头回旋。它漫过岁月的堤岸，流连在无边的青稞田里，应和着收割人的吆喝；它缠绕在川藏公路那些险峻的山脊上，与当年开山的炮声共鸣；它停驻在牧民新砌的碉房，融进袅袅的炊烟之中。这首歌，早已渗进西藏记忆的一部分，像一条金色的飘带，把今昔拴在一处。歌，就是那段时光本身，就是一曲无需言辞之叙述。

老艺术家们手牵着手，朝镜头微微含笑。他们不像站在屏中，倒像立在时光的倒影里。时隔 40 年再聚，岂止是怀旧？它让人恍然，好歌能贯穿岁月，真情不会在流年里干涸。余音缭绕，屏前的我久欠凝神。

如今的驻藏官兵，接过了这捧薪火，守边、建藏，在雪山与河谷间，把旧歌谱出新章。军民之间的鱼水深情，正如这永恒的《洗衣歌》一般，悠远，清亮，永远萦绕在每一位聆听者的心间。



►摄影作品《大地源泉》，作者李昊天。



如此原汁原味

张文恒

品类丰富：西瓜有特小凤、麒麟、黑美人、懒汉瓜、黄金瓜；西红柿涵盖红色黄色紫色圣女果、大番茄、小番茄；黄瓜包含蜜刺、水果黄瓜、东北老黄瓜；辣椒有灯笼椒、螺丝椒、牛角椒、二金条、小米辣、线椒、大阳椒。除此之外，还有生菜、空心菜、折耳根、薄荷、土豆、大白菜、茼蒿、青菜、芹菜、韭菜、小葱、大葱、莲花白苗、白萝卜苗，琳琅满目，应有尽有。

长势十分喜人，丰收的场面令人瞬间泪目，那种感动是力量和勇气，更是战士们的坚定和炙热。

一名边防战士的责任，既包括军事技能的提升，也涵盖对集体和战友的关怀，更体现在完成国家使命的担当。

身处边防连队的果蔬地里，似乎来到了科技种植园。瓜果蔬菜一片片清幽幽绿油油，非一般人能打理成这般模样。

近年来，军队强化练兵备战，通过军民融合引入新品种、新技术、推动集约化发展。边防官兵充分利用业余时间耕耘自己的一亩三分地，让偏远的连队房前屋后瓜果飘香，还能更好地改善生活。此举，在 2020 年疫情期间，很多物资进不来那个时候，自给自足的瓜果蔬菜，发挥了重大作用，解决了现实困难。官兵们纷纷说，那个时候能够吃到单位种植的新鲜蔬菜和瓜果，大家都很

感动。

扎日镇大棚产出的瓜果蔬菜，口感原汁原味，醇香甘甜，源于战士们生态种植模式。

没有战胜不了的敌人，没有克服不了的困难。就在扎日，战士们将“庄稼一枝花，全靠粪当家”这句谚语发挥得淋漓尽致。他们一律不用化肥、绝不喷洒农药，全靠牛羊粪，硬是把温室打理得清清爽爽，让亲手栽培的瓜果飘香四溢。

社会在进步，时代在发展。军队勤俭节约的光荣传统始终没有丢。据说，就在冬天，战士们人手一只编织袋，每年一次上山捡拾牛羊粪。背着干粮，早上出发，下午人人都扛着满满的一袋袋牛羊粪回来，统一放在发酵池里发酵至次年开春，再移送到温室里与土壤紧密结合，偶尔拌以些许草木灰，这样施肥的果蔬口感纯正、味道香甜。

这个世界上最有一件事是容易的，收获满满的同时，负责管理种植的几名战士也有心酸的回忆：他们从不会到会，再到战友心目中的行家里手，是一个漫长的过程。那些曾经的不被理解，甚至指着鼻子眼睛谩骂的经历都已经过去。王亚东说，没有任何种植经验，服从安排，用心用情做，经历一个冬季和夏季，一分耕耘一分收获，自己在漫长的等待发芽成长开花结果过程中逐渐有了成

就感，所有付出都值得。

选种、育苗、浇水、拔草、温度、湿度把控，什么时候打开温室两头门，确保阳光充足、通风透气都很有讲究。

感慨过后，站在河水湍急咆哮的扎日桥上，目睹战士们种植的果蔬正与扎日镇的野生花椒、桃子、八月瓜、沙棘果、野蓝莓、野草莓、贝母、当归遥相呼应，相得益彰，这一道道亮丽的风景，令人心旷神怡。

没有专业种植的士兵，只有一点一滴的摸索，一把汗水一锄泥，实实在在在挖出真感情。通过搭架子，帮助果蔬藤蔓牵线、打岔、修枝等步骤，靠管理，靠精心呵护，更多的是精力的投入，用战士们的话说，时时在护理、天天在呵护，哪怕是一根藤蔓歪倒在地上也要扶正理顺，发现一点小问题都要纠正过来，随时要把温室打理得干净舒适，随时都在精心看管照料，目的就是营造一个良好的生长环境，才能收获水分充足、口感纯正、香甜可口的果蔬。

一分耕耘一分收获，战士们用心竭力，在大棚里，看不到一点儿牛羊粪的痕迹，只见肥沃的土壤里瓜果蔬菜长势茁壮。

夏天，为避免蚊虫侵蚀，战士们会在适当时机剪掉成熟瓜果周边的叶片，发现有变质霉烂的瓜果蔬菜枝丫及时清理移送至大棚外，避免滋生蚊虫，从不使用农药，果蔬干净整洁生长，全靠土壤的滋养和战士们精心照料。

不忘初心，方得始终。正是有这样一群认真尽责的边防战士，才有了这满园原汁原味的丰收。

——向边防战士致敬！

